

Abordaje Psicosocial en Escenarios de Violencia. Departamento Cundinamarca –Bogotá D.C.

Presentado por:

Paula Geraldine Espitia Velandia

Docente:

Yesica Dayana Moreno

Universidad Nacional Abierta y a Distancia _ UNAD

Escuela de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades _ ECSAH

Programa de Psicología

abril de 2020

Tabla de contenido

Resumen.....	3
Abstract.....	4
Análisis relato de violencia (Relato 2 Camilo)	5
Formulación de preguntas del relato de camilo... ..	7
Formulación de preguntas circulares, reflexivas y estratégicas	11
Estrategias de abordaje psicosocial para el caso Comunidades de Cacarica	13
Informe analítico y reflexivo de la experiencia de foto voz	18
Conclusiones foto voz.....	20
Link blog foto voz	22
Referencias bibliográficas.....	23

Resumen

La finalidad del siguiente trabajo es poner en práctica los conocimientos que se adquirieron en la carrera de psicología se implementara una estrategia psicosocial buscando que el lector se sienta identificado con lo que vamos a describir en el trabajo se narran sentimientos de tristeza, ira, dolor e incertidumbre.

Se describe el relato de Camilo un joven afrocolombiano que fue víctima del conflicto armado amenazado por paramilitares y milicianos de la FARC. Es un joven que no ha tenido muchas oportunidades como el de ingresar a la educación superior por el hecho de ser negro se tuvo que dedicar a ser ayudante en un colectivo de servicio público la ruta que cubría era peligrosa ya que en el barrio había varios actores armados en uno de esos recorridos se armó una balacera los bajaron del bus y los hicieron subir a una loma donde murieron 4 personas y quedaron heridas 40 eso genero en él un estrés post traumático.

El objetivo es brindar un apoyo y se usara como estrategia formular varios tipos de preguntas, que nos permitirían analizar los factores que fueron determinantes en la vida de camilo y los hechos que le tocó vivir en medio de la violencia.

Palabras claves

Estrés post traumático, Estrategia psicosocial, Apoyo, violencia.

Abstract

The purpose of the following work is to put into practice the knowledge acquired in the psychology degree, a psychosocial strategy is implemented, seeking the reader to feel identified with what we are going to describe in the work, feelings of sadness, anger, pain and uncertainty are narrated. Camilo's account of a young Afro-Colombian man who was a victim of the armed conflict threatened by FARC paramilitaries and militiamen is described. He is a young man who has not had many opportunities such as entering higher education due to the fact that he is black, he had to dedicate himself to being an assistant in a public service collective, the route he covered was dangerous since there were several actors in the neighborhood Armed on one of these routes, they shot a gunship and got them off the bus, and they took them down to a hill where 4 people died and 40 post-traumatic stress injuries were caused. The objective is to provide support and it is used as a strategy to formulate several types of questions, which will allow us to analyze the factors that were determining in Camilo's life and the facts that he had to live in the midst of violence.

Keywords

Post-traumatic stress, Psychosocial strategy, Support, violence

¿Qué fragmentos del relato le llamaron más la atención y por qué?

Uno de los fragmentos que llama la atención es donde camilo dice *“En el 2005 me gradué del colegio, pero como de 10 afrocolombianos sólo uno o dos pueden entrar a la universidad, me quedé ahí estancado. Empecé a trabajar en el colectivo de servicio público como ayudante, donde cubríamos una ruta peligrosa porque en el mismo barrio había varios actores armados.”* Tomado de libro: *voces; Relatos de violencia y esperanza de Colombia*, editado por el banco mundial en el año 2009, (Relato # 2, página 12)

Es una opinión bastante subjetiva pienso que todos debemos estar en igualdad condiciones se evidencia que por ser afrodescendiente y tener un color diferente no puede ingresar a la educación superior es así como queda estancado y no tuvo otra opción que trabajar en el servicio público cubriendo una ruta bastante peligrosa arriesgando su vida. Camilo siempre tuvo una actitud de superación personal en medio de la falta de educación y haciendo a un lado del hecho de estar rodeado del conflicto armado. El ayudo a personas afrodescendientes que habían pasado por su misma situación por medio del PCN “proceso de comunidades negras”

Me parece que sus derechos y los de las otras personas estaban siendo vulnerados todas las personas deben tener las mismas posibilidades de poder acceder al bienestar social y poseer los mismos derechos no importa cuál sea nuestro color de piel, grupo étnico o creencia religiosas.

¿Qué impactos psicosociales podemos reconocer en el contexto del protagonista de la historia relatada?

Se puede evidenciar la discriminación racial el conflicto armado y la gran posesión que tienen en el lugar donde vive camilo, el daño sufrido que vive la comunidad no sólo es físico sino también psicológico.

Otro impacto psicosocial es el desplazamiento que hacen salió de su tierra por amenazas de paramilitares y de milicianos de las FARC esto genera desorientación porque en cualquier momento pueden ser desalojados esto causa una estabilidad física y emocional

Fueron amenazados por buscar que la comunidad se integrara esto conlleva a que las integraciones culturales fueran nulas el conflicto armado tenía todo el poder sobre esta comunidad al punto de no hacer nada sin el permiso de ellos las personas no pueden estar tranquilas viven con miedo existe una lucha racial y una indiferencia social muy grande.

¿Qué voces podemos encontrar en el relato, que revelen un posicionamiento subjetivo desde el lugar de víctima o sobreviviente?

Dentro del relato se identifican dos voces:

De víctima:

“Me tocó irme para Medellín, donde duré dos meses. Fue cuando me empezaron a buscar los paramilitares porque pensaban que yo era miliciano, los milicianos porque pensaban que íbamos a hablar y la policía porque pensaba que éramos cómplices del hecho.” Tomado de libro: voces; Relatos de violencia y esperanza de Colombia, editado por el banco mundial en el año 2009, “(Relato # 2, página,12)

Por el simple hecho de haber estado en ese lugar lo acusaban de que iba a hablar con las autoridades. Tenía persecución de la FAR. Camilo tuvo que tener una inestabilidad emocional bastante fuerte ya que solo no era perseguido y juzgado injustamente, sino que también antes de eso había sufrido discriminación por ser de una comunidad afrodescendiente. Además de eso en el relato se narra que fue llevado a la fuerza a la loma y vio morir personas esto impacta de manera significativa la vida de una persona hace que en ese momento se viva una situación de estrés dura y que luego se ve reflejada en un impacto psicológico bastante fuerte

Sobreviviente: Sin importar la presión, vulnerabilidad, miedo e incertidumbre que genera la persecución y amenazas es un joven que en medio de tanta represión por parte de la FARC y los milicianos busca cumplir sus sueños no deja que nada ni nadie lo detenga tiene un gran proyecto de vida siempre busca como enfrentar el problema y salir adelante su sueño es poner una fundación de idiomas, específicamente, pero también de fortalecimiento cultural de las tradiciones afrocolombianas.

¿Qué significados alternos, podemos reconocer en el relato, respecto a imágenes dominantes de la violencia y sus impactos naturalizados?

Unos de los sucesos más impactantes para camilo es cuando hubo los 4 muertos y 40 heridos lo único que él pudo pensar es en correr por su vida no le importo dejar tirado el bus que era una herramienta de trabajo para él, esta situación crea un gran impacto psicológico y el mismo camilo narra que durante un tiempo no podía sentir una persona detrás suyo porque la generaba bastante ansiedad. Todo esto se desencadeno cuando dos paramilitares perdieron la vida en una discoteca es así como tomaron venganza en el entierro y se forma una balacera lo cual lleva al incidente anteriormente mencionado.

¿Se pueden reconocer apartes que revelen una emancipación discursiva frente a las imágenes de horror de la violencia?

El acto de emancipación de camilo fue integrarse a la pastoral afrocolombiana el propósito de él era llevar el mensaje a través del deporte y su objetivo es dar un mensaje positivo a la comunidad haciendo a un lado la situación de violencia que estaban atravesando es de admirar como en estas situaciones logro graduarse de bachiller en el 2005 camilo quería ingresar a la educación superior pero no pudo por la discriminación que se tiene por el simple hecho de ser afrodescendiente perdió la oportunidad de seguir enriqueciendo su conocimiento y eso le corto las alas pero como camilo es un joven emprendedor comenzó a trabajar en el servicio público como ayudante cubriendo una ruta peligrosa ya que no tenía otra opción.

Unas de sus grandes virtudes es que tiene una gran inteligencia emocional esto hace que frente

Frente a las adversidades reaccione de manera rápida, es una persona que tiene un gran sentido de pertenencia, sabe sus capacidades y lo que puede lograr es una persona con enfoque y proyecto de vida.

2.1 Formulación de preguntas circulares, reflexivas y estratégicas

Tabla # 1: preguntas circulares, reflexivas y estratégicas

Tipo de pregunta	Pregunta	Justificación
Estratégica	<ul style="list-style-type: none">• ¿se siente capaz de crear un grupo con las personas que también han sido víctimas del conflicto armado para hacer valer sus derechos?• ¿Usted compartiría su historia de vida para que otras Personas se sientan identificadas?• ¿Ha buscado ayuda de personal calificado para afrontar el estrés post traumático por ser víctima del conflicto armado?	Con estas preguntas se busca que camilo pueda compartir sus experiencias y así mismo buscar que sus derechos sean tenidos en cuenta se pretende que los diferentes actores como los psicólogos y otros profesionales atiendan los diferentes problemas Psicosociales.
Circular	<ul style="list-style-type: none">• ¿Qué experiencias de vida le quedo con la problemática que sufrió siendo víctima del conflicto Armado?• ¿Su mama como esta después de afrontar esta situación?• ¿Usted estuvo tentando a enfrentar a las personas que en ese	Con las preguntas formuladas se quiere saber qué reacciones pensamientos y afectaciones tuvo camilo y que tipo de trauma le género es importante conocer eventos violentos que atravesó camilo. así se puede enfocar que tipo

	<p>¿Momento estaban vulnerando sus derechos?</p>	<p>de intervención se brinda como bienestar, ya que estos eventos pueden generar secuelas que se evidencian, a largo corto o medio plazo</p>
<p>Reflexiva</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Si usted hubiera podido acceder a la educación superior que ¿Hubiera estudiado? • ¿Cuál lo motiva a usted a ¿Seguir adelante? • ¿Qué reflexión le deja todo lo que ha vivido siendo víctima del ¿Conflicto armado? 	<p>La finalidad que tienen las preguntas es que camilo encuentre un por qué y un para que en esta tragedia que vivió lo ideal es que el mismo encuentre lo bueno y lo use en su nueva vida para motivarse y motivar a las demás darse a conocer como un ejemplo de superación personal para las personas que han sido víctimas del conflicto armado y que les sea más fácil Sobrellevar esta situación.</p>

3. Análisis y presentación de estrategias

3.1. ¿Qué emergencias psicosociales considera están latentes después de la incursión y el hostigamiento militar?

Los emergentes sociales psicosociales se considera que están ocultos y hacen parte del hostigamiento militar, provocando indisposición en la salud mental de las personas ya que su abuso de poder genera:

Estrés post traumático: causado por el desplazamiento forzoso, el padecimiento que sufren estas personas día a día no es nada fácil ver morir gente en frente de sus ojos y no pueden hacer absolutamente nada. Solo viven con miedo e incertidumbre pensando que no les pase nada malo a ellos ni a su familia.

Ansiedad: los eventos a los que están expuestos generan este sentimiento. Es lo que se conoce como trastorno de estrés postraumático.

Depresión e insomnio: es muy probable que las personas sufran de estos padecimientos por la pérdida de sus propiedades causadas por el desplazamiento forzoso.

3.2 ¿Qué impactos genera para la población ser estigmatizada como cómplice de un actor armado?

La ausencia del estado en los territorios víctimas del conflicto armado. Día tras día se vulneran sus derechos y aumenta la pobreza. Su gran objetivo es infundir miedo haciendo empoderamiento de los territorios y promoviendo la violencia en la comunidad, generando pánico,

Pobreza, desescolarización, reclutamiento de menores. Los grupos armados solo buscan su beneficio con su frialdad e indiferencia excluyen a la población no ven el gran impacto psicológico y social que le están generando a la comunidad.

3.3 Acciones de apoyo en la situación de crisis Primeros auxilios psicológicos (PAP)

Es normal que después de un suceso importante o tras vivir una situación extrema entremos en un estado de shock. Para sobrellevar estas situaciones existe una herramienta llamada Primeros auxilios psicológicos, la que nos puede ayudar a enfrentar estos escenarios de mejor forma, disminuyendo la posibilidad de secuelas a futuro. La primera estrategia es establecer un vínculo con la víctima ganarse su confianza mostrando interés y solidaridad por la víctima cuando decida contar lo que sucedió, se hace un análisis y el objetivo es encontrar la dimensión del problema buscando el origen de la situación en el transcurso de la vida de la víctima es así como encontramos la raíz del trauma psicológico y como se le da el manejo adecuado.

Tratamiento psicológico para el estrés post traumático

Se tiene como objetivo ayudar al paciente a reprocesar los recuerdos de un evento traumático se hace una terapia donde se implementan estrategias y técnicas cognitivas la idea es que la víctima tenga un control pensamientos automáticos, manejo de la culpabilidad y de la crisis a la que se enfrentó otra de las técnicas que se implementan es la meditación, como aprender a respirar correctamente en medio de una crisis, una estrategia es usar terapias cognitivas para reducir el

efecto de los hechos traumáticos y también se implementan la terapia de choque en la que se revive Situación vivida para ayudar a la víctima a superarla y a perder el miedo que le produjo.

La reacción a la terapia psicológica de cada persona en una situación difícil es totalmente diferente depende mucho de la sensibilidad de la persona afectada y de sus recursos e interés para afrontar el trauma, esto se encuentra determinado por su genética, también influye la personalidad y la carga emocional que está atravesando el paciente, si ha sufrido o no otros traumas en el pasado. Su entorno familiar y social es clave en este proceso ya que el apoyo emocional de las personas que amamos nos ayuda a alivianar cargas.

3.4 Estrategias psicosociales con los pobladores de Cacarica

TABLA # 1 : Investigación social

Objetivo	Ofrecer un acompañamiento psicosocial y emocional, brindándoles herramientas a las personas para que puedan afrontar el estrés post traumático.
Actividad	<ul style="list-style-type: none"> • Actividad rompe hielo tingo, tingo tango para entrar en confianza • Organizar grupos para prestarle los primeros auxilios psicológicos • Pedirles que cuenten su historia a través de un relato o un dibujo
Tiempo	1 hora máximo para no generar tensión ni presión psicológica
Resultados	Que los pobladores de Cacarica tengan herramientas para recuperar nuevamente su paz, tranquilidad y confianza y por consiguiente recupere sus vidas, su identidad y su cultura.
Acción psico social	Investigación social

TABLA # 2 : Diagnostico social

Objetivo	Identificar cuál es su proyecto de vida
Actividad	<ul style="list-style-type: none"> • Taller enfocado al proyecto de vida • Video “atreve a sonar” • Mesa redonda donde nos compartan que les pareció el video y como lo pueden aplicar a su vida
Tiempo	Cuarenta minutos
Resultados	<p>hora y media tiempo suficiente para ver el video y socializarlo</p> <p>El objetivo es que los habitantes de cacarica tengan una motivación para salir adelante, apoyarlos en tener un proyecto de vida para ellos y sus familias.</p>
Acción psico social	Diagnostico psicosocial

Tabla # 3: atención psicosocial a víctimas

Objetivo	Hacer una intervención psicosocial que permite que los habitantes puedan ejercer control y poder en sus pensamientos para afrontar problemáticas y lograr cambios en el entorno social
Actividad	<ul style="list-style-type: none"> • Resolución de conflictos externos e internos • Actividades enfocadas hacia el perdón • Escribir una carta y luego quemarla usando como estrategia dejar todo atrás
Tiempo	Cuarenta minutos
Resultados	Restauración psicológica tener una mejor salud física y mental, cambio positivo en su vida y una reconciliación entre la víctima y el agresor
Acción psico social	Atención psicosocial a víctimas

4. Informe analítico y reflexivo de la experiencia de foto voz

El conflicto armado ha estado presente desde muchos años atrás desde afectando de manera significativa la parte económica de todas las clases sociales. Hacen que las personas afectadas sean vulnerables, ya que después del conflicto no hay “vida”. Son despojados de sus tierras, se pueden llevar lo que tienen puesto nada más y a veces con suerte lo que les cabe en las manos (una maleta) es triste ver que todo lo que trabajaste por años te lo quitan en unos segundos.

No es solo violencia física si no también psicológica. Las personas víctimas del conflicto armado llegan a Bogotá a buscar ayuda y una nueva vida buscando instituciones que les brinden apoyo, pero no es tan fácil como se describe muchas veces sufren rechazo por su aspecto físico y sus costumbres ya que no son iguales a las que tenemos en la capital.

La violencia ha dejado un gran número de víctimas les cuesta mucho olvidar lo sucedido y comenzar una nueva vida. El impacto psicológico que se genera es bastante fuerte se busca hacer acompañamientos para generar cambios en la vida de las víctimas usando factores psicosociales que fomenten el control y dominio de sus actitudes, el objetivo es que puedan ejecutar de manera autónoma sobre su ambiente individual y social para dar con la solución a los problemas; logrando ambientes y escenarios de interacción social.

Mediante el uso de la foto voz y la foto intervención, se observa y analiza las diferentes problemáticas sociales que se viven a diario en nuestro país; Al realizar el trabajo de la Foto Voz, Se evidencian muchos escenarios de violencia o vulnerabilidad de derechos, en las imágenes tomadas durante la actividad se conoce con mucha más claridad la enseñanza que se quiere transmitir con el trabajo Foto Voz.

Estamos cerca viendo el retroceso de la realidad social teniendo un acercamiento con los más vulnerables observando como sufren, esa es la verdadera realidad social, la pobreza, el hambre, viudas, huérfanos y muertos inocentes es una problemática social muy dura el rol del psicólogo comunitario juega un papel muy importante su tarea es lograr empatía y leer su lenguaje corporal que nos habla como se sienten en realidad a veces una lagrima, una mirada triste tiene más significado de lo que ellos a veces no pueden expresar por temor a volver a revivir ese suceso tan doloroso. Los migrantes venezolanos han llegado a nuestro país trayendo más pobreza, enfermedades y menos oportunidades laborales. (*Héller, Price, Reinharz, Riger & Wandersman, 1984*). La ONU (2002) resalta el papel de la participación social como desarrollo comunitario. Las alianzas comunitarias generan grandes oportunidades de participación social, promueven cambios des visión social, aplacando las diferentes problemáticas sociales como son la violencia.

4.2 Conclusiones foto voz

Narrar el conflicto armado no es para nada fácil ya que en estas situaciones hubo desigualdad, muertes y mucho dolor, con la experiencia de la foto voz se tuvo un acercamiento a las acciones psicosociales se ve la realidad de los diferentes escenarios de violencia del país donde hubo desplazamiento forzoso, abusos físicos y psicológicos, atraso social, reclutamiento de mujeres y niños para ser parte del conflicto armado.

La aplicación de la herramienta foto voz muestra los diferentes tipos de violencia se ve afectada la calidad de vida de las personas viven en la calle en duermen en cartón y a eso se le suman los emigrantes venezolanos pobreza de los inmigrantes venezolanos.

Con respecto, a esto (unidad de victimas.go.co,2018, p.1)

“El Sistema Nacional de Atención y Reparación Integral a las Víctimas – SNARIV – está constituido por el conjunto de entidades públicas del nivel gubernamental y estatal en los Órdenes nacionales y territoriales y demás organizaciones públicas o privadas, encargadas de formular o ejecutar los planes, programas, proyectos y acciones específicas, que tiendan a la atención y reparación integral de las víctimas.” (p.1).

La vida de las personas víctimas del conflicto armado cambia, su estado emocional, Anímico y mental requieren atención y redes de apoyo integrando los diferentes profesionales de la salud y el estado, para que sus derechos sean restablecidos, siendo la salud mental su primordial urgencia ya que un derecho para todo ciudadano, al igual que el derecho al sistema nacional de atención y reparación integral a víctimas.

Enlace Blog:

<https://paulaageraldiine14.blogspot.com/>

Referencias

Alvis, A. (2009) Aproximación teórica a la intervención psicosocial. Revista Electrónica de Psicología Social «Poiésis» FUNLAM N° 17 Medellín. Recuperado de:

<http://www.funlam.edu.co/revistas/index.php/poiesis/article/view/189/178>

Daza Castrillón, J., Lemus Fonseca, Y., Tocara Ramírez, S., Fuenmayor Rosero, Y. y Avendaño

Váquiro, M. (2018). La imagen y la narrativa como herramientas para el abordaje

Psicosocial en escenarios de violencia en los Departamentos de: Cesar, Atlántico y

Nariño. (Tesis de pregrado). Universidad Nacional Abierta y a Distancia, Colombia.

Recuperado de:

<http://bibliotecavirtual.unad.edu.co/login?url=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=ir00913a&AN=unad.10596.14594&lang=es&site=eds-live>

Moos, R. (2005). Contextos sociales, afrontamiento y bienestar: Lo que sabemos y lo que necesitamos saber. En Revista Mexicana de Psicología, vol. 22, núm. 1 pp. 15-29.

Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/2430/243020643002.pdf>

Unidad de Atención Integral a Víctimas (2010). Programa de Reparación Individual por Vía

Administrativa: Una Mirada desde las Víctimas. Defensoría del Pueblo. Tomado de:

<https://www.defensoria.gov.co/public/pdf/04/infoRepdic012010.pdf>

Valdés, M. (2009). La evaluación de impacto de proyectos sociales: Definiciones y conceptos. En revista electrónica Mapunet, Santiago de Chile. Recuperado de [https://www.mapunet.org/documentos/mapuches/Evaluacion impacto de proyectos sociales.pdf](https://www.mapunet.org/documentos/mapuches/Evaluacion_impacto_de_proyectos_sociales.pdf)